

Was ist das eigentlich für ein Würfel?

Ich freue mich sehr, dass Sie sich entschieden haben, mit Hilfe dieses Tugendwürfels mehr Rituale der Verbundenheit in Ihren Alltag und Ihre Familie zu integrieren!

Ich hoffe, dass der Würfel dazu beitragen kann, das Ausüben der Tugenden im Alltag zu erleichtern und einen Austausch und eine Reflektion darüber anzuregen.

Durch das Medium des Würfels wird der Austausch viel spielerischer und das hierarchische Element, das da wäre, wenn die Eltern die Fragen stellen und die Kinder antworten würden (was bei vielen Kindern auf Widerstand stößt), entfällt. Jeder darf selbst würfeln, hat dadurch die Kontrolle und kann dann die Frage beantworten. Dadurch findet ein Austausch auf Augenhöhe statt und man teilt gleichberechtigt Erfahrungen miteinander, stärkt das Zusammengehörigkeitsgefühl und entwickelt das Gefühl, gemeinsam "durch Dick und Dünn" zu gehen. Die Fähigkeit der Kinder (und Erwachsenen), sich in andere Menschen hineinzusetzen und Probleme zu lösen werden gestärkt - beides Stärken, die für die berufliche wie private Zukunft wichtig sind. Die Kinder lernen, Verantwortung für ihre Taten zu übernehmen und erleben Selbstvertrauen, Empathie und Selbstwirksamkeit. Sie erleben, dass sie bei den Menschen in ihrem Umfeld etwas bewirken können, was einen wichtigen Beitrag dazu leistet, das eigene Leben als sinnvoll zu erleben.

Natürlich ist der Würfel aber nicht nur für den familiären Kontext geeignet, sondern kann auch in Arbeitsteams, bei Fortbildungen oder Seminaren wirkungsvoll eingesetzt werden.

Ich möchte gerne kurz erklären, warum ich mir die folgenden sechs Fragen ausgewählt habe:

Welche Tugend habe ich heute an anderen beobachtet? Wo? Diese Frage hilft, Positives an den Menschen in unserem Umfeld wahrzunehmen und stärkt unsere Beziehungen mit ihnen.

Welche Tugend brauche ich zurzeit am meisten? Wieso? Diese Frage trägt dazu bei, eine Lernhaltung zu entwickeln, sich seiner eigenen Bedürfnisse bewusster zu werden und Selbstfürsorge zu pflegen.

Welche Tugend hätte mir heute geholfen? Wie? Wenn wir am Ende des Tages reflektieren, welche Tugend uns geholfen hätte, lernen wir, aus Fehlern zu lernen und uns ständig weiter zu entwickeln. Negative Erfahrungen werden so von Stolpersteinen zu Trittstufen für die Entwicklung.

Welche Tugend habe ich heute gezeigt? Wann? Für die Entwicklung eines gesunden Selbstwertgefühls ist es wichtig, über sich selbst zu reflektieren und eigene Stärken wahrnehmen zu können. Menschen, die sich ihrer eigenen Stärken bewusst sind und diese im Alltag einsetzen, sind nachweislich glücklicher als Menschen, die sich dessen nicht bewusst sind.

An welcher Tugend arbeite ich gerade? Wofür? Diese Frage hilft uns, unsere Charakterentwicklung bewusst in die eigene Hand zu nehmen und so erleben wir Selbstwirksamkeit.

Welche Tugend hat heute einen Unterschied gemacht? Wie? Durch diese Frage schärfen wir unseren Blick dafür, wie wir schwierige Situationen durch den Einsatz von Tugenden verwandeln können und Einfluss auf die Gestaltung unserer Erlebnisse nehmen.

Jetzt wünsche ich Ihnen und Ihrer Familie ganz viel Freude beim Würfeln, Fragen und Antworten und würde mich freuen, bei Gelegenheit von Ihren Erfahrungen zu hören.

Ihre



P.S. Nähere Informationen zum VirtuesProject finden Sie auf www.virtuesproject.works.